

### کشف ۶ تن مواد مخدر در ۶ ماه

سردار عباسعلی محمدیان، رئیس پلیس پایتخت از کشفیات پلیس موادمخدر تهران در ۶ ماه نخست امسال رونمایی کرد

|                                                     |                                                                                                |                                                  |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| <b>۶ تن</b><br>مجموع کشفیات                         | <b>۱۰۹ باند</b><br>مجموع باند‌های متلاشی‌شده                                                   | <b>۱۵۷ سرشاخه</b><br>آمار دستگیری قاچاقچیان اصلی |
| <b>۹ قبضه</b><br>تعداد سلاح کشف شده از باند‌ها      | <b>۴ باتون</b><br>مکان‌های منهدم شده تجمع موادفروشان در حاشیه اتوبان‌ها یا داخل پارک‌های جنگلی |                                                  |
| <b>۵۵ کینو</b><br>کشف کوکائین در یک باند در ستارخان | <b>۶ نفر</b><br>قاچاقچانی که هدف گلوله پلیس قرار گرفتند                                        |                                                  |

**مواد کشف‌شده**    تریاک، هروئین، حبشیش، شیشه، کوکائین، گل و سایر موادمخدر صنعتی

#### هشدار سردار محمدیان

یکی از خطراتی که جوانان و جامعه را تهدید می‌کند، همین موادمخدر صنعتی است که به‌صورت جاسازی‌شده و در وزن‌های نسبتاً بالا وارد می‌شود.

#### اقدام پلیس در آستانه مهرماه

نظارت بر ده‌ها واحد‌هایی که در مسیر مدارس قرار دارند تا حتی از فروش سیگار به دانش‌آموزان جلوگیری شود.



### هشدار درباره واکسن‌های آنفلوآنزای قاچاق

واکسن‌های رسمی آنفلوآنزا که وزارت بهداشت قول ورود آنها را تا پایان شهریور داده بود، هنوز نرسیده‌اند پای واکسن‌های غیررسمی به کشور باز شده است؛ واکسن‌هایی که معلوم نیست از چه مسیری وارد می‌شوند اما حدود ۱۰ میلیون تومان قیمت دارند. این موضوع با واکنش حسین کرمانپور، رئیس مرکز روابط عمومی و اطلاع‌رسانی وزارت بهداشت همراه شده و هشدار داده که تاکنون هیچ واکسن آنفلوآنزای معتبری در نظام سلامت توزیع نشده و افراد نباید به واکسن‌های خارج از شبکه رسمی اعتماد کنند و اسیر سودجویان نشوند. به تأکید کرمانپور، واکسن‌های خارج از شبکه رسمی، از نظر اصالت و زنجیره سرد قابل اطمینان نیستند و برخی نیز براساس تصاویر دریافتی، مربوط به فرمولاسیون نیمکره جنوبی‌اند، نه ما اسیر قاچاقچی و سودجو نشویم.

با وجود هشدارهای وزارت بهداشت اما بررسی‌های همشهری نشان می‌دهد که برخی داروخانه‌ها، بازارهایی برای عرضه واکسن‌های قاچاق اروپایی را از مسیر کشورهای حوزه خلیج فارس و ترکیه آغاز کرده‌اند و برخی از آنها هفته پیش اقدام به دریافت پیمانچه از مردم کردند؛ نکته‌ای که محمد مهدی مجاهدیان، معاون غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی ایران در تلوویزیون همشهری به آن اشاره و عنوان کرده بود: هر سال در آستانه پاییز یک ولع تزریق واکسن شکل می‌گیرد اما در نهایت واکسن روی دست داروخانه‌ها می‌ماند. اکنون در همان شرایط هستنیم و حتی می‌شنویم که برخی در حال دریافت پیمانچه برای فروش واکسن هستند. مردم نباید گول چنین تبلیغات و شیادی‌هایی را بخورند.

او در ادامه به این نکته هم اشاره کرد که ممنوعیت قطعی واکسن‌ها امسال هم واکنس به میزان کافی توزیع و در آذرماه این نگرانی ایجاد شود که واکسن‌های واردشده را چه کنند. معاون غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی ایران در ادامه درباره قیمت واکسن‌های آنفلوآنزا هم توضیح داد و گفت: قیمت جهانی واکسن بین ۱۳ تا ۵ دلار است. حدود ۴ دلار به‌دست تأمین‌کننده ایرانی می‌رسد و با اضافه‌شدن حاشیه سود برای سایر تأمین‌کنندگان زنجیره تصور نمی‌کنم که قیمت واکسن‌ها امسال بیش از ۳ میلیون تومان باشد.

#### کشف اموال باستانی در مرودشت

۴ شیء باستانی پیش از فروش به قاچاقچیان عتیقه در مرودشت کشف شد. متهم این اشیاء را در خانه‌اش نگهداری می‌کرد که مأموران موفق شدند با کشف اشیاء، وی را دستگیر کنند و اشیاء کشف‌شده به اداره میراث فرهنگی تحویل داده شد.

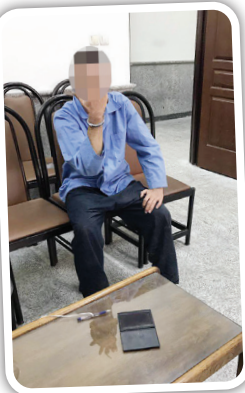


#### توقیف سواری بنز با سرعت ۲۱۰ کیلومتر

مأموران پلیس راه اصفهان یک دستگاه سواری بنز را به‌علت رانندگی با سرعت غیرمجاز ۲۱۰ کیلومتر بر ساعت در آزادراه کاشان-اصفهان، متوقف کردند. راننده این خودرو به‌دلیل ارتکاب تخلف حادثه‌ساز، اعمال قانون و خودرو نیز توقیف شد.



### جوان نخبه عامل مرگ ۳ نفر در تصادف عمدی



جوانی که در اقدامی هولناک با ماشین خود و به‌طور عمدی به یک خودرو و ۲ موتورسیکلت برخورد کرده و باعث مرگ ۳ نفر و مجروح‌شدن ۴ نفر دیگر شده بود، دستگیر شد.

به گزارش همشهری، این حادثه اوایل اسفند سال گذشته در اتوبان نیایش رخ داد. بررسی‌ها حکایت از این داشت که یک خودروی سایپا، با به‌گزارش همشهری، این حادثه اوایل اسفند سال گذشته در اتوبان نیایش رخ داد. بررسی‌ها حکایت از این داشت که یک خودروی سواری و ۲ دستگاه موتورسیکلت تصادف کرده و در جریان این حادثه ۳ نفر مجروح شدند که از میان آنها، ۳ نفر به‌دلیل وخامت حالشان جان باختند. قربانیان مرد میانسال و پدر و دختر نوجوانش بودند. پدر و دختر سوار بر یک دستگاه موتور و مرد میانسال سوار بر موتورسیکلت دوم بود. در آن زمان پرونده‌ای در دادگاه صلح تشکیل شد و در نگاه اول به‌نظر می‌رسید که ماجرای یک حادثه و تصادف بوده است اما با شکایت خانواده قربانیان و بررسی دوربین‌ها، این فرضیه رد و خیلی زود مشخص شد که راننده سایپا، عمداً با قربانیان تصادف کرده و در این شرایط باز پرس جنایی تهران دستور بازداشت وی را صادر کرد.

با انجام تحقیقات اولیه مشخص شد که متهم ۲۱ ساله و دانشجوی دکتری در یکی از دانشگاه‌های معتبر است. او که خودش را نخبه می‌داند، صبح دیروز در بازجویی‌ها ادعای عجیبی را مطرح کرد. پسر جوان گفت: آن روز سوار ماشینم شدم و بی‌هدف در خیابان‌ها می‌چرخیدم. حتی وصیت‌نامه‌ام را هم نوشته و داخل جیبم گذاشته بودم. ناگهان صدایی در گوشم شنیدم که می‌گفت این آدم‌ها باید از بدن‌هایشان جدا و از روی زمین محو شوند. وی ادامه داد: کنترل رفتارهایم کاملاً از دستم خارج شده بود و فقط می‌خواستم آنها را نابود کنم. انگار روح از تنم جدا شده بود. برای همین پدل گاز را فشار دادم و به سمتشان رفتم.

این متهم برای بررسی سلامت روحی و روانی به پزشکی قانونی معرفی شده است و تحقیقات در این باره ادامه دارد.

#### سناریوی عجیب برای حذف رفیق

**مرد میانسال اقرار کرد که برای قتل رفیق صمیمی‌اش، سناریوی عجیبی طراحی کرده است؛ او در سایت‌های مختلف، نحوه به قتل رساندن و مخفی ماندن جنایت را جست‌وجو کرده؛ کلاه‌گیس خریده و خودش را گرم کرده تا دوربین‌های مدار بسته چهره‌اش را ثبت نکنند اما در نهایت دستش رو شده است.**

#### در ابتدا توضیح بده که چرا جان

دوست‌را گرفتی؟  
ماسال‌ها مثل ۲ برادر و خیلی روزها با هم بودیم. حسین آدم خوبی بود، اما درگیر سوءظن شده بود. چند ماه پیش در یک مهمانی، گوش‌اش گم شد. از همان لحظه تمام زندگی من جهنم شد. چرا؟ چون مدام مرا متهم می‌کرد و دست بردار نبود.

#### انگیزه‌ات از قتل، سر همین موضوع

جانی بود؟  
بله. او مدام می‌گفت تو گوشه‌ای را برداشتی. هر قدر به جان خانواده‌ام قسم می‌خوردم که کار



#### وزیر بهداشت: ۷۳ بیمارستان و ۳۰۰ آمبولانس در جنگ‌های اخیر آسیب دید

محمدرضا ظفرقندی، وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: در جریان جنگ تحمیلی، حدود ۷۳ بیمارستان و ۳۰۰ دستگاه آمبولانس و همچنین بخشی از مراکز بهداشتی و مراکز مرتبط با حوزه دارویی آسیب دیدند. حدود ۱۶ کارخانه تولید دارو نیز در این شرایط صدمه دیدند.

مکمل، نقل و نبات نیست

پزشکان باورهای رایج غلط درباره مکمل‌ها را رد می‌کنند و مصرف آنها را تنها زیر نظر پزشک مجاز می‌دانند

گزارش

بروانه بندپی | روزنامه‌نگار | بعضی‌ها کافی است علائم تازه‌ای در بدن‌شان ببینند تا برای آن یک بیماری یا کمبود بترانند؛ از سردی دست و پا و بی‌هست گرفته تا احساس خستگی. جست‌وجوی اینترنتی هم گاهی این نگرانی را بیشتر می‌کند؛ کافی است درباره یک بیماری یا عارضه‌ای جست‌وجو کنیم تا با فهرستی از علائم مواجه شویم و تصور کنیم چند مورد آن را در خودمان می‌بینیم. نتیجه این می‌شود که برای هر علامت یک مکمل می‌خریم و مصرف آن را برای جبران کمبودی که هنوز اصلاً تشخیص نداده‌ایم، شروع می‌کنیم. اما متخصصان تأکید می‌کنند که تنها از روی یک نشانه نمی‌توان کمبود یک ماده مغذی را تشخیص داد.

میل شدید به شیرینی و کمبود منیزیم!

میل شدید به شیرینی هم از آن نشانه‌هایی است که در فضای مجازی گاهی به کمبود منیزیم یا کروم نسبت داده می‌شود. اما به گفته دکتر احسان شایسته، پزشک عمومی در گفت‌وگو با همشهری، «این ادعا پشتوانه علمی محکمی ندارد. هوس شیرینی می‌تواند دلایل مختلفی داشته باشد؛ از گرسنگی و عادت‌های غذایی گرفته تا کم‌خوابی و عوامل جسمی و روانی.»

فراموشی و کمبود ویتامین B12

کاهش تمرکز و فراموشی هم یکی از آن مواردی است که خیلی‌ها آن را به کمبود ویتامین B12 نسبت می‌دهند. به گفته دکتر شایسته، «مشکل تمرکز و فراموشی دلایل متعدد و متنوعی دارد و نمی‌توان تنها براساس این علائم گفت فرد دچار کمبود B12 یا منیزیم است.» او می‌گوید: «اگر احتمال کمبود B12 مطرح باشد، تشخیص آن فقط با بررسی پزشکی و انجام آزمایش ممکن است.»

ریش مو و کمبود ویتامین D و زینک

پزشکان می‌گویند کمبود آهن، پروتئین و روی واقعا می‌تواند در ریزش مو نقش داشته باشد، اما دلیل این مشکل همیشه کمبودهای تغذیه‌ای نیست. عوامل ارثی، بیماری‌های تیروئید، تغییرات هورمونی، کاهش وزن و برخی بیماری‌های نادر می‌توانند باعث ریزش مو شوند؛ بنابراین بهتر است قبل از مصرف مکمل‌های مخصوص مو، علت ریزش مشخص و در صورت نیاز کمبودهای تغذیه‌ای بررسی شود.

خشکی چشم و کمبود ویتامین A و امگا ۳

خیلی‌ها خشکی چشم را ناشی از کمبود ویتامین A یا امگا ۳ می‌دانند. دکتر شایسته در این رابطه می‌گوید: «کمبود شدید ویتامین A می‌تواند باعث خشکی و آسیب چشم شود، اما خشکی چشم علت‌های دیگری مثل افزایش سن، استفاده طولانی مدت از نمایشگرها، شرایط محیطی و مصرف بعضی داروها هم دارد. درباره امگا ۳ هم نمی‌تواند فقط از روی خشکی چشم، کمبود این ماده را تشخیص داد.»

ترک پاشنه پا و کمبود ویتامین A

ترک پاشنه پا هم از مواردی است که خیلی از افراد آن را به کمبود ویتامین A یا روی نسبت می‌دهند. اما ترک پاشنه در بسیاری از موارد علت‌های شایع‌تر و ساده‌تری دارد؛ خشکی پوست، ضخیم شدن لایه‌های پوست، فشار و اصطکاک، نوع کفش و بعضی بیماری‌های پوستی می‌توانند در ایجاد آن نقش داشته باشند.

چند باور غلط در مصرف مکمل‌ها

فراموشی به‌خاطر ویتامین B12

کمبود این ویتامین فقط با آزمایش تشخیص داده می‌شود و اصولاً هم ارتباط زیادی با فراموشی ندارد.

بی‌هست و کمبود منیزیم

بی‌هست عوامل متعددی دارد و اگر فردی به آن مبتلا شود، نباید سراغ مکمل منیزیم برود.

ارتباط خشکی چشم و ویتامین A

کمبود این ویتامین یکی از چند عامل اصلی است و در نخستین اقدام نباید سراغ این مکمل رفت.

علت بی‌هست واقعا کمبود منیزیم است؟

در دستگاه گوارش هم نشانه‌هایی وجود دارند که گاهی خیلی سریع به کمبود منیزیم نسبت داده می‌شود. بی‌هست مزمن، یکی از این موارد است و در برخی توصیه‌های غیرتخصصی، کمبود آن به‌عنوان علت آن معرفی می‌شود. در حالی که دکتر خسرونی می‌گوید: «بی‌هست ممکن است به دلایل مختلفی بروز کند؛ از کندی حرکات روده و برخی اختلالات دستگاه گوارش گرفته تا انسداد، پولیپ، تومور یا مشکلات هورمونی؛ بنابراین اگر فردی دچار بی‌هست مزمن است، نباید فوراً سراغ مکمل منیزیم برود.»

خستگی و کمبود ویتامین‌های B

احساس خستگی و کمبود انرژی هم یکی از عمومی‌ترین علائمی است که معمولاً به کمبود ویتامین‌های گروه B به‌خصوص B1 و B6 نسبت داده می‌شود. اما دکتر شایسته به‌عنوان پزشک می‌گوید: «خستگی و بی‌حالی از علائم بسیار غیر اختصاصی هستند و علت‌های متعددی دارند؛ از کم‌خوابی و استرس گرفته تا کم‌خونی، مشکلات تیروئید، بیماری‌ها و رژیم غذایی نامناسب؛ بنابراین احساس کمبود انرژی به‌تنهایی دلیل قابل اتکایی برای شروع مصرف ویتامین‌های گروه B نیست.»